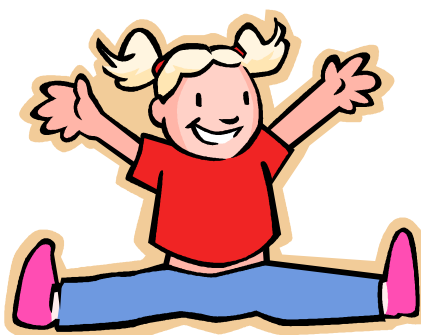


Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 104 общеразвивающего вида» г. Сыктывкара

Принято
Решением
Педагогического совета № 1
от 08.09.2022г.

Утверждаю
Директор
_____/Сабинская О. А./
Приказ №143-ОД от 08.09.2022г

Программа оздоровления детей в условиях ДОО «ЗДОРОВЫЙ МАЛЫШ»



СОДЕРЖАНИЕ:

Общие положения.....	3
I РАЗДЕЛ.....	4
Цели программы.....	5
Задачи программы.....	5
Ожидаемые результаты.....	6
Объекты программы.....	6
Законодательно-нормативное обеспечение программы.....	6
II раздел.....	6
Реализация основных направлений.....	6
Профилактические:.....	6
Формы и методы оздоровления детей.....	7
План спортивно-массовых мероприятий с детьми и родителями.....	8
Система физкультурно-оздоровительной работы с детьми.....	8
Организационные:.....	11
Техническое обеспечение.....	12
Организационно-методическое и психолого-педагогическое обеспечение.....	13
работа администрации и педагогов.....	14
Методическая работа с кадрами.....	15
Содержание оздоровительного процесса ДОУ.....	16
Работа с родителями.....	17
Модель выпускника «Здоровый дошкольник».....	21
Диагностика в ДОУ.....	23
Средние показатели физической подготовленности детей четырех лет.....	24
Средние показатели физической подготовленности детей пяти-семи лет (основные).....	25
Литература:.....	26

ВВЕДЕНИЕ

Программа разработана в силу актуальности проблемы сохранения здоровья взрослых и детей. Отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления подрастающего поколения в ДООУ. Она определяет основные направления, задачи, а также план действий и реализацию их в течение 5 лет. Программа способна изменить лицо образовательного учреждения и создать новые условия для воспитания здоровой личности.

1.1. Общие положения

В уставе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) говорится, что здоровье – это не только отсутствие болезней или физических недугов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. Оно является важнейшим показателем, отражающим биологические характеристики ребенка, социально-экономическое состояние страны, условия воспитания, образования детей, их жизни в семье, качество окружающей среды, степень развития медицинской помощи, служб охраны материнства и детства, в конечном счете – отношение государства к проблемам здоровья.

По данным, опубликованным в Государственном докладе о состоянии здоровья населения РФ, 60% детей в возрасте от 3 до 7 лет имеют функциональные отклонения в состоянии здоровья и только 10% детей приходят в школу абсолютно здоровыми. Поэтому проблему здоровья следует рассматривать в широком социальном аспекте. С этой позиции в центре работы по полноценному физическому развитию и укреплению здоровья детей должны находиться, во-первых, семья, включая всех ее членов и условия проживания; во-вторых, дошкольное образовательное учреждение, где ребенок проводит большую часть своего активного времени, т.е. социальные структуры, которые в основном определяют уровень здоровья детей.

Здоровый образ жизни сегодня – это требование времени. Быть здоровым стало модно и престижно. Газеты пестрят заголовками статей о новых методах лечения самых разных болезней. На каждом канале есть своя передача, посвященная только вопросам здоровья и здорового образа жизни. Казалось бы, детям, молодежи рано думать о здоровье. Между тем, во-первых, врачи с тревогой отмечают, как молодеют с каждым годом болезни. А во-вторых, юность, увы, дается нам не навсегда. Несерьезное отношение к своему здоровью у сегодняшнего школьника может в будущем помешать ему занять то место в жизни, о котором он мечтает. Современный человек, строя свой день, свою жизнь, свое здоровье, обязан идти в ногу со временем. Ему необходимо знать о новых разработках медиков и ученых, которые помогут ему сохранить здоровье.

Поэтому в ДООУ необходим поиск новых подходов к оздоровлению детей, базирующихся на многофакторном анализе внешних воздействий, мониторинге состояния здоровья каждого ребенка, учете и использовании особенностей его организма, индивидуализации профилактических мероприятий, создании определенных условий.

Анализ и состояние здоровья детей по Детскому саду № 104

Программа основана на принципах:

Принцип научности – подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками.

Принцип активности и сознательности – участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей.

Принцип комплексности и интегративности – решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.

Принцип адресованности и преемственности – поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья.

Принцип результативности и гарантированности – реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возраста и уровня физического развития детей.

I РАЗДЕЛ.

Цели программы.

Цель: Программа направлена на сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Задачи программы.

Задачи:

1. Создать оптимальные условия для сохранения и укрепления здоровья, физического и психического развития детей с учетом их индивидуальных особенностей.
2. Усилить воспитательные функции образования по приобщению детей к нравственным ценностям, формированию здорового образа жизни и профилактике асоциальных явлений.
3. Внедрять в учебно-воспитательный процесс совершенные оздоровительные здоровьесберегающие программы, технологии, методики, приобщающие детей к нравственно - экологическим ценностям и формированию здорового образа жизни.
4. Совершенствовать формы и методы рациональной организации двигательной активности детей в организованной и самостоятельной деятельности.
5. Обеспечить тесное взаимодействие родителей, педагогического и медицинского персонала для решения лечебных, профилактических, коррекционных и физкультурно-оздоровительных задач укрепления и сохранения здоровья детей, приобщения их к нравственным ценностям.
6. Разнообразить формы работы ДОУ.

7. Способствовать качественной подготовке, повышению уровня профессиональной компетентности медицинских и педагогических работников, в использовании здоровьесберегающих технологий.

Ожидаемые результаты.

1. Осознание взрослыми и детьми понятия «здоровье» и влияние образа жизни на состояние здоровья.
2. Повышение уровня ориентации к современным условиям жизни.
3. Овладение навыками самооздоровления.
4. Снижение уровня заболеваемости детей на 1-3%.
5. Повышение профессиональных знаний педагогов.
6. Ежегодное расширение и углубление межведомственных связей по вопросам здорового развития детей, их физического и нравственного совершенствования.
7. Формирование позитивного отношения и повышение активности родителей в работе по сохранению и укреплению здоровья воспитанников, приобщения их к здоровому образу жизни, нравственным ценностям.
8. Регулярное повышение уровня квалификации и профессиональной компетентности педагогических и медицинских кадров через качественно новые формы методической работы в ДОУ, обучение на различных проблемных курсах и семинарах.
9. Распространение передового педагогического опыта специалистов учреждения по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей.
10. Модель выпускника «Здоровый дошкольник» (Приложение 1).
11. Диагностика в ДОУ (Приложение 2, 3, 4).

Объекты программы.

1. Дети дошкольного образовательного учреждения.
2. Семьи детей, посещающих образовательное учреждение.
3. Педагогический коллектив образовательного учреждения.

Законодательно-нормативное обеспечение программы.

1. Федеральный закон от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции).
2. Федеральный закон от 31.07.2020г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»
3. Приказ Минобрнауки России №655 от 23 ноября 2009 года «Об утверждении и введении в действие Федеральных государственных требований к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования».
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ 28.09.2020 N28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"

5. Инновационная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, Э.М.Дорофеевой, (изд 6-е, дополненное 2020г).
6. Устав образовательного учреждения

II РАЗДЕЛ.

Реализация основных направлений

Профилактические:

1. Обеспечение благоприятного течения адаптации.
2. Выполнение санитарно-гигиенического режима.
3. Проведение обследований по скрининг - программе и выявление патологий.
4. Решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры.
5. Предупреждение острых заболеваний и невротических состояний методами неспецифической профилактики.
6. Проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и распространению инфекционных заболеваний.

Формы и методы оздоровления детей.

№	Формы и методы	Содержание	Контингент детей
1	Обеспечение здорового ритма жизни	<ul style="list-style-type: none"> - щадящий режим (адапт. период) - гибкий режим 	все группы -//- -//-
2	Физические упражнения	<ul style="list-style-type: none"> - утренняя гимнастика - физкультурно-оздоровительные занятия - подвижные и динамичные игры - профилактическая гимнастика (улучшение осанки, плоскостопие, зрение) - спортивные игры - занятия в спортивных секциях - оздоровительный бег - пешие прогулки (турпоход) 	все группы -//- -//- мл.- подг. ср., ст. подг. -//- -//- -//-
3	Гигиенические и водные процедуры	<ul style="list-style-type: none"> - умывание - мытье рук - игры с водой - обеспечение чистоты среды - посещение бассейна (Центр. городской) 	все группы -//- -//- -//- -//- ст., подг.
4	Активный отдых	<ul style="list-style-type: none"> - развлечения, праздники - прогулки - спортивные соревнования 	все группы -//- -//-

		<ul style="list-style-type: none"> - игры-забавы - дни здоровья - каникулы, походы 	-//-
5	Музотерапия	<ul style="list-style-type: none"> - музсопровождение режимных моментов - музоформление фона занятий - музтеатральная деятельность - хоровое пение (в том числе звуковое) 	<p>все группы</p> <p style="text-align: right;">-//-</p> <p style="text-align: right;">-//-</p> <p style="text-align: right;">-//-</p>
7	Аутотренинг и психогимнастика	<ul style="list-style-type: none"> - игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы - игры-тренинги на подавление отрицательных эмоций и снятие невротических состояний - коррекция поведения 	<p>ранний возраст</p> <p style="text-align: right;">ср, ст, подг.</p> <p style="text-align: right;">ст., подг.</p> <p style="text-align: right;">-//-</p>

План спортивно-массовых мероприятий с детьми и родителями

Месяц	Вид мероприятия	Название мероприятия
Сентябрь	Музыкально-спортивный праздник	День знаний
Октябрь	Туристический поход День здоровья	«Осенние сказки в лесу» «Поиски клада»
Ноябрь	Спортивно-конкурсная программа	«Веселый мяч»
Декабрь	Новогодние весёлые старты	«Здравствуй зимушка-зима!».
Январь	Физкультурное развлечение. совместно с родителями.	«Страна - Спортландия»
Февраль	Спортивный праздник Развлечение совместно с родителями.	«Богатырские игрища» «Славный праздник наших пап»
Март	Физкультурное развлечение.	«Проводы зимы»
Апрель	Спортивный шуточный праздник Спортивный праздник	Ко Дню смеха «День здоровья»
Май	Развлечение с играми, эстафетами	«Лету спортивному – УРА!»
Июнь, Июль, Август	Туристические походы Физкультурные развлечения по плану летней оздоровительной работы.	«По лесным тропинкам» «Летний физкультурный день»

Система физкультурно-оздоровительной работы с детьми

№ п/п	Направления и мероприятия	Группа	График проведения	Продолжительность, мин
1	2	3	4	5
1. Организация двигательного режима в ДОУ				
1.1	Утренняя гимнастика	Все	8:00-8:30	7-10
1.2	Занятия по физической культуре	Все	По сетке занятий два раза в неделю	15-30
1.3	Двигательная разминка во время перерыва между занятиями	Все	По необходимости	3 - 5
1.4	Физкультминутка	Все	Во время занятий	3-5
1.5	Подвижные игры, физические упражнения на прогулках и самостоятельная двигательная деятельность детей	Все	Во время прогулок	Не менее 3 ч
1.6	Самостоятельные игры в помещении с элементами двигательной активности. Использование пособий физкультурного уголка	Все	В свободное от занятий время	30-40
1.7	Физкультурный досуг	Все	Один раз в месяц	40-60
1.8	Соревнования, эстафеты	Подготовительная группа	По плану	40-60
1.9	Спортивные праздники	Все, кроме 1-й младшей группы	Три раза в год	60
1.10	Походы, экскурсии в лес, парк и т. д.	Старшая и подготовительная группы	1 раз в месяц	60-120
1.11	Хореография	Старшая и подготовительная группы	Два раза в неделю	35-40
1.12	Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи: - Неделя здоровья - "Папа, мама, я — спортивная семья" - "Веселые старты" - Участие родителей в массовых мероприятиях вне ДОУ (семейные эстафеты) -	Все	По желанию родителей и педагогов Ежемесячно Ежеквартально На прогулке	45-60
1.13	Индивидуальная работа по развитию движений	Все	Ежедневно	12-15

1.14	Посещение спортивного зала: подвижные игры, занятия на тренажерах	Все	По графику работы зала	10-15
2. Оздоровительная работа с детьми				
2.1	Закаливающие мероприятия: - прием детей на улице - проветривание помещений - воздушные ванны - гимнастика после сна - бассейн (массаж пальцев), - обширное умывание - сон без маек - ходьба по дорожкам здоровья - промывание носоглотки	Все Все 1-я и 2-я мл. гр. Все Старшие и подг II мл. и ср. гр. То же Ст. и подг. гр. Все	В завис. от погоды По графику После сна После сна По сетке После сна После сна После сна Летом	35 В соотв. с СанПиН 5,10,15 7-15 30 5 — 10 1,5ч 7-10 По плану
2.2	Профилактические мероприятия: - самомассаж ушных раковин - самомассаж стоп - полоскание рта и горла (простое и контрастное) - фитотерапия - сухие бассейны	То же То же Ст. и подг. гр. Все Все	На физ. зан. То же После приема пищи 2 р. в неделю Постоянно	По плану По плану По плану По плану По плану
2.3	Просветительская работа: - Островок безопасности, ПДД - Уголки здоровья - Выставки детских рисунков и семейных работ, посвященных формированию здорового образа жизни	Все Все Все	Материал используется на месте или берется в группу для изучения в повседневной жизни. По желанию детей, родителей, педагогов	По желанию детей
3. Коррекционная работа				
3.3	Корректирующие упражнения для профилактики плоскостопия	Все	На физ. занятиях	3 — 5
3.4	упражнения на формирование правильной осанки	Все	На физ-х занятиях	3 — 5
3.5	Плавание	4 группы	По граф. раб. бассейна	30
4. Создание условий для формирования навыков здорового образа жизни				
4.1	Формирование навыков личной гигиены: - наличие индивидуальных и общих туалетных принадлежностей; - обучение (объяснение, напоминание, поощрение и т. д.);	Все	В соответствии и с реж. питания, с учетом необходимости	

	<ul style="list-style-type: none"> - демонстрация различных схем, моделей, правил, способствующих выполнению самостоятельных действий; - беседы о полезности, целесообразности и необходимости выполнения правил личной гигиены; - демонстрация информативного и дидактического материала на тему "Я и мое здоровье" 			
4.2	<p>Формирование навыков культуры питания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сервировка стола; - эстетика подачи блюд; - этикет приема пищи и т. д. 	Все	В соотв. с режимом питания, с уч. необходимости	-

Организационные:

1. Организация здоровьесберегающей среды в ДОУ.
2. Определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностики.
3. Составление индивидуальных планов оздоровления.
4. Изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик.
5. Систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров.
6. Пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей, сотрудников.

Система закаливающих мероприятий

Закаливание предполагает систему мероприятий, направленных на повышение устойчивости генетических механизмов защиты и приспособления организма.

Содержание	Возрастные группы			
	2 мл. группа	Ср. группа	Ст. группа	Подг. гр.
Элементы повседневного закаливания	В холодное время года допускаются колебания температуры воздуха в присутствии детей.			
1. Воздух:	(температурное воздействие на организм)			
	От +21 до +19	От +20 до +18	От +20 до +18	От +20 до +18
Сквозное проветривание (в отсутствии детей)	В холодное время проводится кратковременно (5-10мин.) Критерием прекращения проветривания помещения является температура воздуха, сниженная на 2-3 градуса			
Утром, перед приходом детей	К моменту прихода детей температура воздуха восстанавливается до нормальной			
Перед возвращением детей с дневной прогулки	+21	+20	+20	+20
Прием детей на улице	-15	-15	-18	-18
Утренняя гимнастика	Проведение на свежем воздухе в любую погоду в одежде по сезону. В холодное время проводится в зале.			
Физкультурные занятия	+18	+18	+18	+18
	3 занятия в зале	2 занятия в зале		
	-15	-18	-19	-20
				Одно занятие на воздухе
Прогулка	-18	-20	-22	-22
Хождение босиком	Ежедневно. Во время физкультурных мероприятий с учетом физического и соматического здоровья. В теплое время года при температуре от +20 до +22. В холодное время года в помещении при соблюдении нормативных температур			
Дневной сон	Обеспечивается состояние теплового комфорта соответствием одежды, температуры воздуха в помещении			

	+18	+18	+18	+18
Сон без маек при открытых фрамугах	Учитывать физическое и соматическое состояние ребенка, не допускать сквозного потока холодного воздуха. Температура в спальне не ниже 14 градусов			
Физ.упражнения	Ежедневно			
Гимнастика после дневного сна	Использование «дорожек здоровья» (ребристая доска, сухая и мокрая дорожка, массажные коврики). В помещении температура на 4-5 градуса ниже нормы.			
2.Вода:	(температурные и механические раздражающие воздействия на кожу, органы обоняния)			
Полоскание рта	Полоскание рта отварами трав (кипяченой водой). Постепенное обучение полосканию рта, начиная с 1-ой младшей группы. Чередование процедур (2 недели – отвар трав, 2 недели – кипяченая вода)			
Обширное умывание.	Умывание, мытье рук до локтя водой комнатной температуры.	Умывание, обтирание шеи, верхней части груди, предплечий прохладной водой.		
3.Солнце	(общее температурное воздействие на организм)			
Прогулка	Ежедневно			
Солнечные ванны	Использование ослабленного влияния атмосферы (раннее утро, после полудня). Проведение солнечных ванн в облачные дни. Использование отраженных лучей (в тени).			
При закаливании учитываются индивидуальные особенности состояния ребенка и его эмоциональный настрой.				

Организационно-методическое и психолого-педагогическое обеспечение

Техническое и кадровое обеспечение.

1	Открытие клуба здоровья для педагогов	<i>Воспитатели</i>
2	Обеспечение условий для предупреждения травматизма в ДОУ (соблюдение ТБ при организации учебного процесса и свободного времени, своевременный ремонт мебели и оборудования в ДОУ)	<i>Зам.директора по АХЧ</i>

Организационно-методическое и психолого-педагогическое обеспечение.

1	Поиск, изучение и внедрение эффективных технологий и методик оздоровления: - вибрационно-вокальные упражнения М. Лазарева; - лечебные игры Галанова.	<i>Старший воспитатель</i>
2	Введение специальных занятий - занятия по хореографии - доп. кружок «Здоровейка» (профилактика нарушений осанки и плоскостопия)	<i>Специалисты</i>
3	Проведение валеологизации всего учебного процесса (психологический фон занятий, методы и формы обучения, длительность занятий, санитарно-гигиенические условия)	<i>Старший воспитатель</i>
4	Деятельность педагога-психолога - психолого-педагогическое сопровождения воспитательно-образовательного процесса - коррекционные занятия с детьми - консультирование педагогов и родителей	<i>педагог-психолог</i>
5	Организация работы с родителями по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей (выпуск газет, журналов, проведение цикла лекций, консультативного пункта)	<i>Воспитатели</i>
6	Налаживание тесного контакта с медико-психологическими и социальными службами города.	<i>Старший воспитатель</i>
6	Участие в научно-практических конференциях, семинарах, совещаниях различного уровня по вопросам оздоровления детей.	<i>Директор, старший воспитатель</i>

3.Административные совещания	<ol style="list-style-type: none"> 1. Утверждение локальных актов по организации оздоровительной работы. 2. Анализ результативности работы специалистов по оздоровительной работе. 3. Анализ заболеваемости детей. 4. Анализ организации питания детей. 5. Анализ организации летней оздоровительной работы. 	<p>Ежегодно</p> <p>Ежегодно</p> <p>1 раз в кв.</p> <p>Ежегодно</p> <p>Ежегодно</p>
4.Производственные совещания	<ol style="list-style-type: none"> 1. Утверждение документов нормативно-правовой базы, локальных актов по оздоровительной работе в ДОУ. 2. Анализ заболеваемости детей в ДОУ. 3. Анализ организации питания в ДОУ. 4. Анализ физкультурно-оздоровительных мероприятий в ДОУ. 	<p>Ежегодно</p> <p>Ежегодно</p> <p>1 раз в кв.</p> <p>Ежегодно</p>
5.Родительский комитет.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ознакомление с локальными актами по оздоровительной работе. 2. Анализ результативности оздоровительной работы. 	<p>Ежегодно</p> <p>Ежегодно</p>

Методическая работа с кадрами.

Цель: координация деятельности всех участников педагогического процесса в соответствии с поставленными задачами, совершенствование профессионального мастерства всех участников педагогического процесса по приобщению детей к здоровому образу жизни, профилактике асоциальных явлений.

№	Мероприятия	Срок	Ответственные
1	Семинары:		
	1. «Развивающая педагогика оздоровления».	октябрь	Старший воспитатель
	2. «Формирование навыков эффективной социальной адаптации у дошкольников».	январь	, педагог психолог
	3. «Экология и здоровье»	апрель	Старший воспитатель
	4. «Моделирование проведения Дня здоровья в ДОУ».	сентябрь	
5. «Новые подходы и направления в оздоровительной работе ДОУ»	ноябрь		

2	Семинары-практикумы: 1. «Профилактика нарушений осанки» 2. «Лечебная педагогика. Новые подходы к оздоровлению». 3. «Модель здорового выпускника ДОУ»	сентябрь декабрь февраль	Старший воспитатель
3	Консультации: 1. «Использование игр, заданий, упражнений для профилактики асоциальных явлений» 2. Формирование у детей привычки к ЗОЖ	сентябрь, март	Старший воспитатель
4	Работа творческой группы по разработке плана и конспектов занятий цикла «Помоги себе сам»	октябрь	воспитатели
5	Открытые просмотры: 1. Уроки здоровья. 2. Фестиваль развивающих занятий по ОБЖ, профилактике асоциальных явлений, физкультурно-оздоровительные мероприятия. 3. Дни открытых дверей для родителей по вопросам оздоровительной работы. 4. Творческие отчеты по обобщению опыта работы педагогов. 5. Открытые просмотры фрагментов оздоровительной работы в режиме дня.	ноябрь февраль-апрель апрель апрель март	Старший воспитатель
6	Курсовая переподготовка на проблемных семинарах по вопросам здоровьесберегающих технологий.	по графику	Старший воспитатель
7	Конкурсы: 1. На самую здоровую группу 2. «Лучший проект по оздоровительной работе»	октябрь март	Старший воспитатель

Содержание оздоровительного процесса ДОУ

Программы, технологии	Использующиеся в ДОУ элементы данных программных технологий
«Здоровый дошкольник» Ю.Ф. Змановского	Система эффективного закаливания, ежедневные физкультурные занятия, преобладание циклических упражнений, организация ДА, доведение плотности занятий до 80%, психогигиена и психопрофилактика
«Здравствуй» М.Л. Лазарева	«Уроки здоровья», дыхательная гимнастика, логоритмика
Технология обучения в условиях активной сенсорно-развивающей среды	Отдельные технологии, оборудование, гимнастика для глаз, логоритмика

Работа с родителями.

Сроки	Мероприятия	Ответственные
Сентябрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Анкетирование родителей. 2. Оформление «Уголка здоровья» 3. Консультация для родителей «Роль семьи и детского сада в воспитании здорового ребенка». 4. День здоровья «В гостях у осени» 	<p style="text-align: center;">Воспитатель Инструктор по ФИЗО Воспитатели, старшая медсестра.</p> <p style="text-align: center;">Инструктор по ФИЗО</p>
Октябрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Общее родительское собрание «Основные направления воспитательно-образовательной и оздоровительной работы с детьми на 2011/12 уч год». 2. Консультации в «Уголке здоровья» <ul style="list-style-type: none"> - «Кариеса можно избежать», - «Точечный массаж при ОРЗ». 3. Выставка овощных блюд, включающих чеснок, лук 	<p style="text-align: center;">Директор ДОУ, старшая медсестра</p> <p style="text-align: center;">Педиатр.</p> <p style="text-align: center;">Воспитатель, повар</p>
Ноябрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Консультация для родителей «Изготовление чесночных бус, кулончиков для профилактики заболеваний верхних дыхательных путей». 2. День открытых дверей «Роль оздоровительных упражнений для развития равновесия, гибкости суставов (сюжетно-игровые занятия с элементами акробатики) 	<p style="text-align: center;">воспитатели</p> <p style="text-align: center;">Инструктор по физической культуре</p>
Декабрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Общее родительское собрание «Роль семьи в оздоровлении детей». 2. Выступление родителей на тему физического оборудования в домашних условиях. 3. Показ фрагментов физкультурных занятий с использованием нетрадиционного оборудования 	<p style="text-align: center;">Директор ДОУ</p> <p style="text-align: center;">Родители</p> <p style="text-align: center;">Инструктор по физической культуре</p>
Январь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Оформление фотостенда «Культура здоровья». 2. Консультации в «Уголке здоровья». <ul style="list-style-type: none"> - «Зимние игры и развлечения детей»; - «Как уберечь детей от простуды». 3. День здоровья «Зима спортивная» 	<p style="text-align: center;">Старший воспитатель</p> <p style="text-align: center;">Инструктор по физической культуре</p>
Февраль	<ol style="list-style-type: none"> 1. Музыкально-физкультурное развлечение с родителями, посвященное Дню защитника Отечества «Богатырские игрища» 2. Консультация в «Уголке здоровья» «Основы правильного питания». 3. Выходы с родителями и детьми подготовительных групп на лыжню в выходные дни 	<p style="text-align: center;">Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, воспитатели.</p> <p style="text-align: center;">Старший воспитатель</p> <p style="text-align: center;">Инструктор по физической культуре</p>

Март	<ol style="list-style-type: none"> 1. Музыкально-спортивное развлечение «Проводы зимы». 2. Дегустация витаминного чая (из брусники, шиповника, боярышника и др.). 3. Консультация в «Уголке здоровья» «Роль витаминов в детском питании» 	Музыкальный руководитель, инструктор по ФИЗО Воспитатели. воспитатели
Апрель	<ol style="list-style-type: none"> 1. «День здоровья» Музыкально-спортивный праздник с родителями 2. Консультация в «Уголке здоровья» «Как уберечь ребенка от травм» 	Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель воспитатели
Май	<ol style="list-style-type: none"> 1. Общее родительское собрание «Здоровый ребенок умный ребенок» 2. Диагностика состояния здоровья выпускников детского сада 3. «Организация летнего отдыха детей в МАДОУ». 4. Консультация в «Уголке здоровья» «Контрастное воздушное и водное закаливание» 	Директор МАДОУ. Воспитатели
Июнь-август	<ol style="list-style-type: none"> 1. Мини-походы детей вместе с родителями в лес. 2. Консультации в «Уголке здоровья» «Собирайте лекарственные травы»; «Изготовление ароматических подушек». 3. Физкультурный праздник «Здравствуй, лето!» 4. Спортивная игра «Джунгли зовут!». 5. Игра-путешествие «В гостях у доктора Айболита» 	Воспитатели

Модель выпускника «Здоровый дошкольник»

1. Здоровье и физическое развитие

1.1. Физическое развитие соответствует возрастной норме.

1.2. Физически подготовлен к обучению в школе:

- Хорошо ориентируется в пространстве, координирует движения;
- Обладает свободными непринужденными движениями;
- Подвижен, ловок;
- Развита мелкая моторика рук (уверенно владеет карандашом, ножницами, способен к сложной двигательной активности в различных видах продуктивной деятельности);
- Проявляет эмоциональные состояния в движении;
- Имеет выразительную живую мимику.

1.3. Сформирована потребность к здоровому образу жизни:

- Имеет элементарные представления о пользе занятий физической культурой и спортом;
- Сформированы основные гигиенические навыки;
- Имеет представление о простейших способах закаливания;
- Знает основы безопасного поведения на улице, в общественных местах, в критических жизненных ситуациях.

2. Социально-личностное развитие.

2.1. Владеет приемами и навыками эффективного межличностного общения:

- Легко вступает в контакт со взрослыми;
- Избирательно и устойчиво взаимодействует с детьми;
- Умеет попросить о помощи и оказать ее.

2.2. Принимает и соблюдает социальные и этические нормы:

- Регулирует свое поведение усвоенными нормами и правилами;
- Сдерживает агрессивные реакции;
- Чувствует настроение окружающих, может оказать поддержку;
- Умеет пользоваться формами речевого этикета;
- Способен управлять своим поведением и способами общения;
- Способен давать адекватную оценку своему поведению, деятельности.

3. Развитие речи и коммуникативных умений.

3.1. Активен в общении, умеет слушать и понимать речи, строит общение с учетом ситуации.

3.2. Правильно произносит все звуки родного языка, умеет выделять звуки в слове.

3.3. Ясно и последовательно выражает свои мысли, умеет понимать смысл текста и передавать его содержание.

3.4. Устная речь содержательна, эмоциональна, выразительна.

Познавательное развитие.

3.5. Кругозор выпускника:

- Сформированы развернутые и конкретные представления об окружающей действительности;
- Имеет представления о живой и неживой природе;
- Имеет элементарные представления о своем городе, стране, мире.

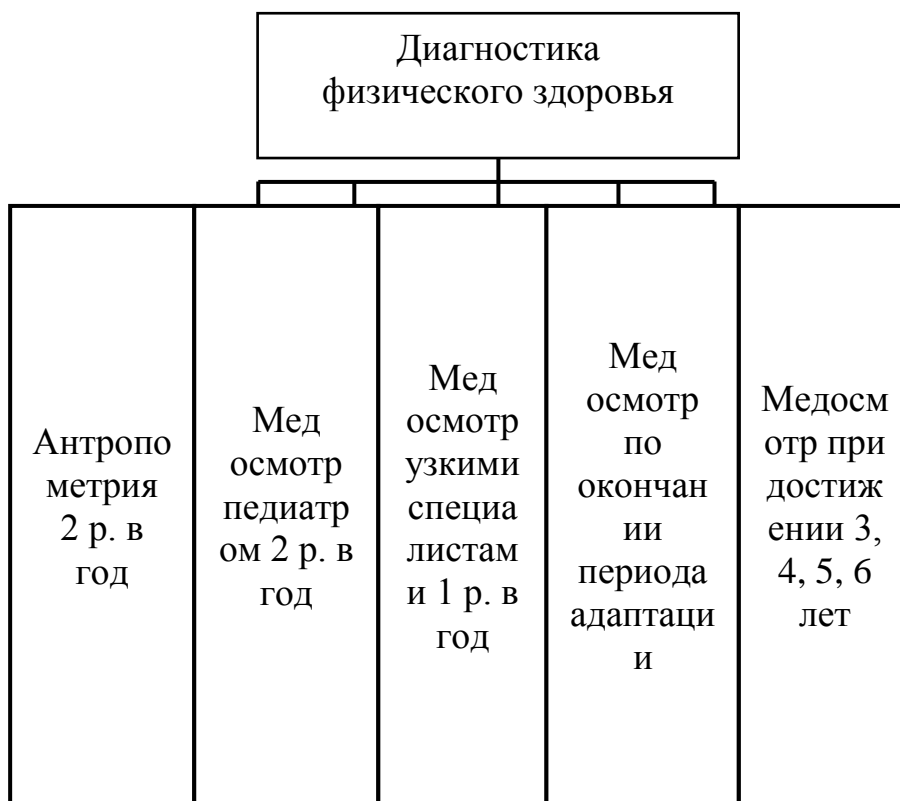
3.6. Познавательные способности:

- Способен к длительному наблюдению;
- Находит максимальное число признаков у любого объекта; классифицирует предметы по одному (или нескольким признакам);
- Устанавливает доступные причинно-следственные связи и зависимости в объектах и явлениях окружающего мира;
- Все мыслительные операции сопровождаются полным словесным отчетом.

3.7. Сформированы элементы учебной деятельности.

Диагностика в ДОО.

Диагностика в ДОО проводится с целью фиксации достижений ребенка, отслеживания результатов его развития и предназначена для индивидуализации работы с детьми.



Средние показатели физической подготовленности детей четырех лет.

Двигательные качества и способности	Контрольные задания	Уровень показателя	
		Мальчики	Девочки
Ловкость (координационные способности)	Челночный бег 3x10м (с)	13,0-12,8	14,0-12,9
	Подбрасывание и ловля мяча (кол-во раз)	10-12	7-10
	Сохранение равновесия при стойке – носок сзади стоящей ноги вплотную примыкает к пятке впереди стоящей ноги при открытых глазах.	4-16	11-20
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке	1-3	2-3
Скорость Скоростно-силовые качества	Бег на 10 м с ходу (с)	3,2-2,9	3,4-3,0
	Прыжок в длину с места (см)	82-90	79-87
	Бросок набивного мяча весом 1 кг. из-за головы стоя (см)	120-160	110-150

Средние показатели физической подготовленности детей пяти-семи лет (основные)

Двигательные качества и способности	Контрольные задания	Уровень показателя					
		5 лет		6 лет		7 лет	
		М	Д	М	Д	М	Д
Ловкость (координационные способности)	Челночный бег 3x10 м (с)	12,8-11,1	12,9-11,1	11,2-9,9	11,3-10,0	9,8-9,5	10,0-9,9
	Подбрасывание и ловля мяча (кол-во раз)	15-25	15-25	26-40	26-40	45-60	40-55
	Сохранение равновесия при стойке – носок сзади стоящей ноги вплотную примыкает к пятке впереди стоящей ноги при открытых глазах (с)	12-20	15-28	25-35	30-40	35-42	45-60
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя (см)	3-6	6-9	4-7	7-10	5-8	8-12
Скорость	Бег на 10 м. с ходу (с)	2,8-2,7	3,0-2,8	2,5-2,1	2,6-2,2	2,3-2,0	2,5-2,1
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (см)	85-130	85-125	100-150	90-140	130-155	125-150
	Бросок набивного мяча весом 1 кг. из-за головы двумя руками стоя (см)	160-230	150-225	175-300	170-280	220-350	190-330

Состояние физического развития дошкольников определяется по положительным изменениям в физическом и функциональном развитии ребенка; устойчивости к изменениям внешней среды (хорошая сопротивляемость заболеваниям, сравнительно легкое, непродолжительное их течение, без осложнений).

Литература:

1. Программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, Э.М.Дорофеевой, (изд 6-е, дополненное 2020г).
2. «Здравствуй!» Лазарев М.Л.
3. «Двигательная активность ребенка в детском саду», М.А. Рунова, М.: Мозаика-Синтез, 2004г.
4. «Методика физического воспитания детей дошкольного возраста», Л.Д. Глазырина, В.А. Овсянкин, М.: ВЛАДОС, 2003г.
5. «Педагогика здоровья» В.Н. Касаткина, М.: Линка-Пресс, 2000г.
6. «Реализация Конвенции о правах ребенка в дошкольных образовательных учреждениях», С.А. Соловей, М.: Педагогическое общество России, 2004г.
7. «Игры, которые лечат. Для детей от 2 до 7 лет», А.С. Таланов, М.: Педагогическое общество России, 2005г.
8. «Сценарии оздоровительных досугов. Для детей 4-7 лет» М.Ю. Картушина, М.: Сфера, 2004г.
9. Программа «Здоровый дошкольник (социально-оздоровительная технология 21 века)», Ю.Ф. Змановский, М.: АРКТИ, 2003г.
- 10.«Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении», А.П. Щербак, М.: ВЛАДОС, 2002г.
- 11.«Система физкультурно-оздоровительной работы с детьми», Н.Н. Королева. Справочник руководителя дошкольного учреждения №11, 2006г.
- 12.«Планирование оздоровительной работы», О.А. Кижаткина. Управление ДОУ, №1 2006г.
- 13.«Настольная книга медицинской сестры детского сада», В.П. Обижесвет, В.Н. Касаткин, М.: Линка-Пресс, 2003г.
- 14.«Лечебная физкультура и массаж. Методики оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста». Г.В. Каштанова, М.: АРКТИ, 2006г.
- 15.«Медицинский контроль за физическим развитием дошкольников и младших школьников» Г.В. Каштанова, М.: АРКТИ, 2006г.